

Katering Edukatif Sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Seimbang Bagi Siswa MI Muhammadiyah Karanggayam Simo Boyolali

Educational Catering As Achievement Of Balanced Nutrition For MI Muhammadiyah Karanggayam Students Simo Boyolali

Muwahhidah^{1*}, Endang Nur Widiyaningsih², Aan Sofyan³, Hyraianda Essyana Kinzki⁴,
Zahrotun Khaqiqi⁵

¹ Department of Nutrition, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

² Department of Nutrition, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

³ Department of Nutrition, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

⁴ Department of Nutrition, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

⁵ Department of Nutrition, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

*Corresponding author : muw151@ums.ac.id

ABSTRAK

Kata Kunci: gizi seimbang; katering edukatif; siswa MI

Pengelolaan katering sekolah yang kurang sehat, akan menyebabkan permasalahan kesehatan pada anak akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengelolaan katering sekolah yang kurang memenuhi syarat gizi seimbang juga akan mempengaruhi daya konsentrasi belajar anak di sekolah. Disamping mempengaruhi faktor gizi dan kesehatan anak, pengelolaan katering dan katering sekolah juga akan berdampak pada prestasi belajar anak sekolah. Permasalahan yang ada di MIM Karanggayam meliputi (1) Pengetahuan pengelola katering kurang terhadap keamanan pangan maupun jenis-jenis jajanan sehat, (2) Pengelola katering belum memiliki ketrampilan membuat jenis-jenis jajanan yang sehat, yang disukai siswa dan dapat memenuhi kebutuhan gizi, (3) Katering belum memiliki sarana untuk mendukung pengolahan makanan seperti blender dan peralatan masak. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu edukasi tentang gizi seimbang dan makanan jajanan anak sekolah, perencanaan menu catering sekolah dan hygiene dan sanitasi makanan. Edukasi ini berjalan lancar dan antusias peserta baik dengan banyak pertanyaan yang diajukan seputar pengelolaan catering sekolah dan makanan seimbang bagi siswa sekolah, juga tentang hygiene sanitasi makanan. Hasil evaluasi nilai post test cukup baik dengan nilai rata-rata yaitu 71.2. selain edukasi kepada guru dan pengelolaan catering, juga dilakukan pemasangan media poster tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sehat anak sekolah di masing-masing kelas sehingga media ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dan makanan jajanan anak sekolah. Kegiatan ini dilanjutkan dengan pemberian peralatan mengolah makanan, paket jajanan sehat dan lemari aluminium tempat meletakkan peralatan /tempat makan siswa agar tidak terkontaminasi debu dan kotoran. Kegiatan ini juga memberikan support agar pengelolaan catering menjadi lebih baik lebih higienis dan tertata rapi serta lebih sehat sesuai dengan kebutuhan gizi siswa sekolah.

ABSTRACT

Keywords:

balanced nutrition; educational catering; student MI

Unhealthy school catering management will cause health problems in children which will affect the growth and development of children. The management of school catering that does not meet the requirements of balanced nutrition will also affect the concentration power of children's learning at school. Besides influencing the nutritional and health factors of children, the management of school catering and catering will also have an impact on the learning achievement of school children. The problems that exist in MIM Karanggayam include (1) lack of knowledge of catering managers on food safety and types of healthy snacks, (2) catering managers do not yet have the skills to make types of healthy snacks that students like and can meet nutritional needs, (3) Catering does not yet have facilities to support food processing such as blenders and cooking utensils. The activities carried out were education about balanced nutrition and snacks for school children, planning school catering menus and food hygiene and sanitation. This education went smoothly and the participants were enthusiastic with many questions asked about the management of school catering and balanced meals for school students, as well as about food hygiene and sanitation. The results of the evaluation of the post test scores are quite good with an average value of 71.2. In addition to educating teachers and catering management, media posters about balanced nutrition and healthy snacks for school children are also installed in each class so that this media can increase students' knowledge about balanced nutrition and school children's snacks. This activity was continued with the provision of food processing equipment, healthy snack packages and aluminum cabinets to place students' utensils/meals so that they are not contaminated with dust and dirt. This activity also provides support so that catering management can be better, more hygienic and neatly arranged and healthier according to the nutritional needs of school students.

PENDAHULUAN

Pengelolaan katering sekolah yang kurang sehat, akan menyebabkan permasalahan kesehatan pada anak yang akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengelolaan katering sekolah yang kurang memenuhi syarat gizi seimbang juga akan mempengaruhi daya konsentrasi belajar anak di sekolah. Disamping mempengaruhi faktor gizi dan kesehatan anak, pengelolaan katering dan katering sekolah juga akan berdampak pada prestasi belajar anak sekolah.

Disamping makanan utama, banyak jenis jajanan yang dijual di sekolah sangat berisiko bagi kesehatan. Diantara jajanan yang dikonsumsi siswa potensi terjadi pencemaran baik biologis maupun kimiawi yang mengganggu kesehatan baik jangka pendek atau jangka panjang. Diberbagai kesempatan Badan POM telah mengungkapkan temuannya tentang kandungan bahan kimia berbahaya seperti

formalin dan bahan pewarna tekstil pada bahan makanan yang ada di pasaran. Pada kondisi ini perilaku makan pada anak usia sekolah harus diperhatikan secara cermat dan serius.

Ada banyak jenis jajanan yang umumnya dijual disekitar sekolah seperti lontong, otak-otak, tahu goreng, mie bakso dengan saus, ketan uli, es sirop dan cilok. Kebanyakan jajanan tersebut umumnya telah mengalami pencemaran kimiawi karena menggunakan non Bahan Tambah Pangan (non BTP) yang bersifat ilegal seperti borax (pengempal yang mengandung logam berat Boron), formalin (pengawet yang digunakan untuk mayat), *rhodamin B* (pewarna merah pada tekstil), dan *methanyl yellow* (pewarna kuning pada tekstil). Bahan-bahan ini dapat terakumulasi pada tubuh manusia dan bersifat karsinogenik yang dalam jangka panjang menyebabkan penyakit-penyakit seperti antara lain kanker dan tumor pada

organ tubuh manusia. Pengaruh jangka pendek penggunaan non BTP ini menimbulkan gejala-gejala yang sangat umum seperti pusing dan mual. *Joint Expert Committee on Food Additives* (JECFA) dari WHO yang mengatur dan mengevaluasi standar BTP melarang penggunaan bahan kimia tersebut pada makanan (WHO (World Health Organisation), 2011). Standar ini juga diadopsi oleh Badan POM dan Departemen Kesehatan RI melalui peraturan menteri kesehatan republik indonesia nomor 033 tahun 2012 tentang bahan tambahan pangan (Kemenkes, 2012)

Pada umumnya para penjual jajanan dengan kandungan bahan yang berbahaya bagi kesehatan beralasan karena tidak tahu adanya Non BTP ilegal pada bahan baku jajanan yang mereka jual. Resiko lain selain adanya Non BTP berbahaya, banyak makanan yang diujakan oleh penjual jajanan anak pada umumnya tidak dipersiapkan secara baik. Mereka umumnya kurang memperhatikan aspek kebersihan dan higienitas seperti pembuatan es dari air mentah, jajanan dibiarkan terbuka, tempat cucian yang tidak bersih termasuk tidak memperhatikan sanitasi disekitar tempat berjualan. Di sisi lain, siswa tidak memiliki cukup pengetahuan dalam memilih jajanan yang sehat. Mereka membeli jajanan sesuai dengan selera tanpa memperhatikan baik buruknya bagi kesehatan. Kondisi ini diperparah dengan kebiasaan anak jajan di sekolah. Seolah-olah jajan sudah menjadi wajib bagi sebagian besar siswa. Jajan di sekolah juga sudah menjadi bagian dari budaya sekolah.

MIM Karanggayam Simo Boyolali terletak di Desa Sumber Kecamatan Kabupaten Boyolali. Posisi sekolah ini berjarak sekitar 3 kilometer dari ibu kota kecamatan dan 25 kilometer dari pusat Kota Kabupaten Sukoharjo. Keberadaan MIM Karanggayam juga berada persis di pinggir jalan yang menghubungkan Simo dan andong Boyolali. Jumlah total siswa MIM Karanggayam dari kelas 1 sampai dengan 6 ada 65 siswa dengan jumlah guru

pengajar sebanyak 9 orang. Sedangkan fasilitas bangunan yang dimiliki MIM Karanggayam meliputi gedung sekolah yang terdiri 1 kantor, 6 kelas dan 1 tempat katering sekolah. Selain itu MIM dilengkapi dengan halaman yang luas untuk tempat upacara, olah raga, bermain siswa dan kegiatan lainnya. Lingkungan sekolah MIM Karanggayam dikelilingi pagar sehingga tidak leluasa bagi siswa untuk keluar masuk sekolah atau para penjual jajanan masuk ke area dalam sekolah.

MIM Karanggayam mempunyai program katering sekolah dengan anggaran makan sebesar Rp 3.000. per siswa sekali makan. Katering tersebut berada dalam area sekolah. Di sekolah tidak tersedia kulkas untuk menyimpan makanan sehingga pengelola catering membeli bahan makanan yang akan di masak dan langsung dimasak hari itu juga. Kebiasaan jajan di sekolah juga terjadi di MIM Karanggayam pada saat jam istirahat sekolah.

Dari hasil analisis situasi di atas dapat dirumuskan beberapa permasalahan yang dihadapi oleh mitra di MI Karanggayam Simo Boyalali yaitu antara lain:

1. Sebagian besar siswa MI Karanggayam Simo Boyalali mempunyai kebiasaan jajan di sekolah
2. Belum ada media dari sekolah untuk transfer pengetahuan tentang gizi seimbang dan jajanan sehat
3. Pihak sekolah tidak memiliki kapasitas untuk melakukan edukasi kepada siswa dan tidak memiliki kapasitas pelatihan kepala pengelola katering/katering sekolah agar mampu menyediakan makanan dengan gizi seimbang dan jajanan sehat
4. Minimnya pengetahuan pengelola katering terhadap gizi seimbang dan keamanan pangan
5. Pengelola katering belum memiliki sarana untuk menunjang produksi makanan sehat

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah :

1. memberikan edukasi tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sehat, perencanaan menu seimbang dan hygiene sanitasi makanan
2. Penyediaan media penyuluhan bagi siswa tentang gizi seimbang dan makanan jajanan
3. Penyediaan peralatan pengelolaan catering sekolah agar pengelolaan katering lebih higienis dan sehat.

METODE

Metode kegiatan ini dengan meliputi persiapan dan pelaksanaan. Persiapan dengan melakukan koordinasi dan survei pendahuluan ke lokasi. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan. Pada masing-masing tahapan dapat menjadi solusi dari permasalahan yang dihadapi oleh mitra. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini yaitu sebagai berikut:

2.1 Edukasi tentang gizi seimbang

Edukasi ini bertujuan untuk memberikan informasi atau pengetahuan kepada warga sekolah baik guru dan pengelola katering tentang bagaimana pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang. Sasaran dalam kegiatan ini berjumlah 14 orang yang terdiri dari Guru sekolah, Pengelola catering sekolah dan Komite sekolah serta Ketua PRM Desa Sumber Kecamatan Simo Boyalali. Proses edukasi yang dilaksanakan yaitu dengan memberikan menggunakan berbagai media atau cara. Cara yang pertama yaitu dengan mengadakan diskusi untuk memaparkan materi tentang pentingnya gizi seimbang untuk tubuh. Kemudian cara yang kedua yaitu dengan memberikan booklet, yang berisi tentang gambaran pengetahuan mengenai pentingnya gizi seimbang dan makanan jajanan sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Teknik edukasi dengan pemberian pengetahuan tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang dan

makanan jajanan sehat dengan slide ppt. Dalam pembuatan media untuk pendidikan tentang gizi seimbang ini melibatkan mahasiswa untuk pembuatan poster dan booklet.

2.2 Pelatihan hygiene dan sanitasi makanan

Pengetahuan hygiene sanitasi makanan merupakan modal dasar yang sangat penting bagi penjamah atau pengolah makanan. Penjamah makanan dengan pengetahuan tentang hygiene dan sanitasi yang baik diharapkan dapat menerapkan pengetahuannya dalam mengolah makanan sehingga didapatkan produk makanan yang bersih dan aman untuk dikonsumsi. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pelatihan tentang hygiene dan sanitasi yang baik untuk para penjamah atau pengolah makanan. Penjamah atau pengolah makanan yang dimaksud disini yaitu pengelola katering di sekolah.

2.3 Perencanaan menu gizi seimbang

Penyusunan menu atau standarisasi menu dilakukan dengan cara memberikan daftar siklus menu untuk pengelola katering. Pada tahap ini pengelola katering juga diberikan penjelasan tentang aneka menu yang sudah disusun dalam beberapa siklus menu. Pertimbangan utama dalam menyusun menu ataupun standarisasi menu yaitu terpenuhinya gizi seimbang bagi para siswa.

2.4 Penyediaan paket jajanan sehat

. Pada tahap ini pihak pengelola katering akan diberikan pengetahuan tentang berbagai bahaya pada makanan, mulai dari bahaya biologi, fisik dan kimia. Tahapan kegiatan ini dilakukan dengan memberikan paket makanan jajanan sehat kepada siswa. Sasaran kegiatan ini adalah siswa kelas 1 – 6 yang berjumlah 63 siswa.

2.5 Penyediaan sarana pengolahan makanan

Penatalaksanaan katering meliputi bagaimana menempatkan sarana pengolahan makanan maupun sarana untuk makan dan minum, sehingga proses kontaminasi silang

bisa dihindari. Pada tahap ini juga akan dilakukan penyediaan sarana penunjang untuk proses pengolahan makanan. Peralatan masak yang baik bersih dan aman sangat dibutuhkan untuk menghasilkan produk makanan yang sehat dan aman. Penyediaan sarana tersebut antara lain yaitu penyediaan kitchen set yang mudah dibersihkan, lemari peralatan agar terjaga dari kontaminasi debu dan kotoran.

Evaluasi kegiatan edukasi dengan memberikan pertanyaan (post tes) seputar materi yang disampaikan dan juga diskusi selama kegiatan berlangsung. Evaluasi kegiatan ini juga dilihat pada kondisi dapur pengelolaan catering sebelum dan setelah pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian ini ada 2 tahap, Kegiatan tahap pertama ini berupa pemberian edukasi tentang Gizi seimbang dan makanan jajanan anak sekolah, hygiene sanitasi makanan dan Perencanaan Menu Bagi Anak Sekolah. MI Karanggayam mempunyai guru sejumlah 10 orang guru dan jumlah total siswa MIM Karanggayam dari kelas 1 sampai dengan 6 ada 65 siswa dengan jumlah guru pengajar sebanyak 9 orang. Sedangkan fasilitas bangunan yang dimiliki MIM Karanggayam meliputi gedung sekolah yang terdiri 1 kantor, 6 kelas dan 1 tempat kantin sekolah. Selain itu MIM dilengkapi dengan halaman yang luas untuk tempat upacara, olah raga, bermain siswa dan kegiatan lainnya. Kegiatan penyuluhan ini diselenggarakan pada hari Sabtu tanggal 28 November 2020, bertempat di ruang kelas MI Muhammadiyah Karanggayam. Kegiatan ini dilakukan dengan protokol kesehatan yang ketat dengan mencuci tangan dengan hand sanitizer, menggunakan masker dan *face shield* serta menjaga jarak, Kegiatan ini berlangsung dari pukul 9.00 – 11.00 WIB Kegiatan ini dibuka oleh Bapak Jumiran selaku Ketua Pimpinan Ranting Muhammadiyah (PRM) Desa Sumber Kecamatan Simo. Kabupaten Boyolali,

kemudian dilanjutkan dengan sambutan dari Ibu Al Mar'ah selaku Kepala Sekolah MI Muhammadiyah Karanggayam.

Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini adalah tentang Gizi seimbang dan makanan jajanan anak sekolah. dengan media Slide PPT, kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab seputar materi yang disampaikan. Adapun materi yang disampaikan sebagai berikut : (1) Gizi seimbang dan Makanan jajanan sehat anak sekolah (2) Perencanaan Menu Catering Sekolah dan (3) Hygiene dan Sanitasi makanan. Materi disampaikan oleh 3 narasumber yaitu : Ibu Muwakhidah, SKM, M.Kes, Ibu Endang Nur W, MSi, Med dan Bpk Aan Sofyan, MTP. Penyuluhan berjalan dengan lancar dari pukul 09.00 – 11.00 WIB. Antusias peserta sangat bagus, dengan banyaknya pertanyaan dan sharing mengenai kondisi yang dialami oleh sekolah dalam penerapan gizi seimbang dan makanan jajanan di sekolah. Kendala yang selama ini dialami oleh pihak sekolah adalah karena masih minimnya anggaran yang disepakati oleh pihak sekolah dengan komite sekolah dan orang tua murid. Anggaran yang disepakati adalah 3000/hari. Sehingga tidak mudah untuk menerapkan dalam perencanaan menu gizi seimbang yang dikelola oleh pihak catering sekolah. Tujuan pengelolaan catering sekolah sekolah.. Katering sekolah selama ini bisa memenuhi kebutuhan gizi bagi siswa di MI Muhammadiyah Karanggayam. Menurut informasi dari pihak sekolah juga sebagian besar siswa mau menghabiskan makanan yang disediakan oleh catering sekolah.

Gizi Seimbang dan Makanan Jajanan Sehat

Gizi Seimbang merupakan aneka ragam jenis makanan yang mengandung zat gizi dan disusun dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan harian seseorang bertujuan untuk mencegah permasalahan gizi. Sumber zat gizi penting yang menjadi energi dalam setiap aktivitas tubuh meliputi zat gizi makro dan mikro yaitu karbohidrat,

protein, lemak, namun agar proses tumbuh kembang anak dapat maksimal maka diperlukan juga sumber vitamin dan mineral. 4 pilar gizi seimbang terdiri dari : (1) konsumsi aneka ragam makanan, (2) Terapkan pola hidup sehat dan bersih , (3) Lakukan aktivitas fisik secara teratur (4) Jaga berat badan ideal.

Jajanan merupakan makanan atau minuman yang biasanya dijual dipinggir

jalan dengan makanan siap saji atau dipanaskan terlebih dahulu oleh penjual dan langsung dikonsumsi oleh konsumen. Jajanan sehat merupakan makanan atau minuman yang bebas dari bahan kimia, fisika, dan biologi. Penyampaian materi tentang gizi seimbang dan makanan jajanan dapat dilihat dalam gambar 1.



Gambar 1 Materi tentang Gizi Seimbang dan Makanan jajanan Anak sekolah



Gambar 2. Materi tentang perencanaan menu catering sekolah



Gambar 3 Materi tentang hygiene sanitasi makanan



Gambar 4 Penyerahan makanan jajanan sehat dan pemasangan poster di kelas

Tabel 1. Perencanaan Menu Katering Sekolah

Hari	Menu	Bahan Makanan
1	Nasi + Sop makaroni	Nasi Sop = Macaroni, sosis iris, wortel, kol
2	Nasi Soto ayam	Nasi Soto = daging ayam suwir, taugé, tomat, loncang
3	Bakso kuah	Bihun rebus, Bakso sapi/ayam, tahu, sawi hijau, daun bawang
4	Nasi + cap cay kuah	Nasi Cap cay = wortel, bakso iris, sawi putih, telur
5	Nasi gulung telur isi sayuran	Nasi, telur dadar, tumis sayuran : wortel, jagung manis ditumis
6	Nasi timlo	Nasi, soun, wortel, bakso iris, daun bawang
7	Mie kuah	Mie kering, sawi hijau, kol, daun bawang, telur sebagai campuran
8	Bubur ayam	Bubur nasi, ayam suwir, daun bawang, lalap timun, krupuk
9	Nasi + sayur asam + mendoan	Nasi Sayur asem = siam, kacang Panjang, daun melinjo Mendoan = tempe, tepung terigu
10	Lontong sayur	Lontong, sayur labu siam, telur separuh, krupuk
11	Nasi + sayur bening + perkedel tahu	Nasi Sayur bening bayam + wortel Perkedel tahu = tahu +putih telur
12	Misoa kuah	Misoa, oyong, tahu putih, telur

Perencanaan Menu Anak Sekolah

Menu adalah daftar atau rangkaian jenis makanan dan minuman yang tersedia dan dapat dihidangkan. Perencanaan menu memerlukan beberapa hal yang harus dipertimbangkan yaitu prinsip gizi seimbang, harga dan cita rasa. Prinsip gizi seimbang dapat dengan memperhatikan konsep ‘ISI PIRINGKU’. Konsep ini

memperhatikan keseimbangan komposisi menu dalam sekali makan yang terdiri dari makanan pokok 1/3 piring, lauk pauk (hewani dan nabati) 1/6 piring, sayuran terdiri dari 1/3 piring dan buah-buahan 1/6 piring.

Disamping prinsip gizi seimbang, menu anak sekolah juga memperhatikan harga (relatif terjangkau konsumen) dan

cita rasa yang meliputi aroma, warna, tekstur, dan kesukaan. Harga akan mempengaruhi bahan yang digunakan, variasi menu dan pengolahan menunya.

Kegiatan ini juga menyusun menu seimbang bagi anak sekolah untuk catering MIM Karanggayam seharga Rp 3000 – 4000,- tergantung dari jumlah/porsi bahan yang digunakan dalam menu makan tersebut. Menu seimbang yang kami usulkan dapat dilihat dalam tabel 1 :

Hygiene dan Sanitasi Makanan

Pengertian Hygiene dan sanitasi makanan adalah Merupakan usaha atau upaya menjaga kebersihan diri dan lingkungan baik selama masa *pengolahan, penyimpanan, penyiapan* serta pada saat *mengonsumsi* makanan. Keracunan makanan (*foodborne disease*) sebagian besar disebabkan karena rendahnya hygiene dan sanitasi pada saat mengolah, menyimpan, mendistribusikan maupun menyantap makanan. Faktor penyebab keracunan makanan terdiri dari 4 faktor yaitu : (1)Masalah hygiene personal , (2) Suhu pemasakan yang tidak tepat, (3) Waktu penyiapan makanan yang terlalu lama dan (4) Kontaminasi silang. Dalam pemaparan ini ditekankan pentingnya hygiene dan sanitasi makanan dalam rangka mencegah terjadinya keracunan makanan. Institusi penyelenggara makanan massal harus memperhatikan hygiene dan sanitasi makanan dari mulai pemilihan bahan makanan, pengolahan makanan dan penyajian. Peningkatan pengetahuan tentang hygiene dan sanitasi makanan diperlukan untuk mengedukasi para penjamah makanan (Izzati, 2019). Salah satu cara dalam melakukan perilaku hygiene bagi penjamah makanan yaitu dengan mencuci tangan sebelum melakukan aktivitas pengolahan makanan, Namun penjamah makanan harus memiliki pengetahuan mengenai perilaku hygiene yang baik. Hal ini dikarenakan untuk menghindari adanya kontaminasi terhadap makanan (Ain & Prameswari, 2018).

Setelah kegiatan penyuluhan ini dilakukan post test tentang materi yang disampaikan. Hasil nilai pengetahuan peserta didapatkan nilai rata-rata sebesar 71,2 yang termasuk dalam kategori cukup baik. Materi yang disampaikan dapat dipahami dengan cukup baik dan harapannya dapat diterapkan dan diteruskan ke anak didik (siswa) MI Muhammadiyah Karanggayam, sehingga pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dan makanan jajanan anak sekolah juga dapat meningkat. Hasil penelitian juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu-ibu penjual makanan di Pasar Kaki Langit Dusun Mangunan mengenai pengetahuan hygiene dan sanitasi makanan yang berupa pengertian hygiene dan sanitasi, pengelolaan, penyimpanan, penyajian makanan.(Jatmika & Fadila, 2019).

Hasil penelitian sebelumnya juga menyebutkan bahwa melalui edukasi mengenai gizi seimbang telah terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang pada balita. Meningkatnya pengetahuan mengenai gizi seimbang dan pengolahan makanan boleh jadi akan diikuti dengan perubahan perilaku (Kameliawati et al., 2019).Penelitian Said , 2020 juga senada menyebutkan efektivitas booklet dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan mengurangi asupan fast food pada remaja (Said et al., 2020).

Penyediaan Media Edukasi tentang Gizi Seimbang dan Makanan Jajanan Bagi Siswa Sekolah

Selain penyuluhan kegiatan ini juga memberikan media poster yang akan dipasang di masing-masing kelas yang ada di MI Muhammadiyah tersebut. Pada kesempatan ini juga diserahkan media poster tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sehat untuk dipasang di masing - masing kelas yang ada di MIM Karanggayam Simo. Media Poster yang dipasang di dalam masing-masing kelas ini harapannya dapat memberikan edukasi tentang gizi seimbang dan makanan dan makanan jajanan sehat anak sekolah

terhadap siswa didik. Pengembangan media dalam edukasi sangat diperlukan terutama di masa pandemic seperti sekarang ini. Poster yang dipasang di tiap kelas bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sehat. Sebagaimana dalam beberapa penelitian juga dapat diketahui adanya peningkatan pengetahuan dan sikap dengan pengembangan media dalam bentuk digital dalam pemberian edukasi terhadap siswa SD (Perdana et al., 2017). Dalam penelitian yang lain juga diketahui ada peningkatan pengetahuan tentang makanan jajanan sekolah pada anak SD (Briawan, 2016)

Disamping Poster, media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Booklet tentang Gizi seimbang dan Makanan Jajanan Anak Sekolah. Media booklet diberikan kepada semua peserta, yang meliputi, guru, komite sekolah, Ketua PRM dan pengelola kantin di MI Muhammadiyah Karanggayam Simo Boyolali. Media Booklet ini diharapkan dapat sebagai pengingat bagi peserta agar dapat memberikan materi tersebut kepada anak didiknya. Pada akhir kegiatan ini juga diserahkan kitchen set portable dan wastafle, serta blender “merk miyako” agar dapat dimanfaatkan dalam pembuatan menu makanan dalam catering sekolah tersebut misal dengan membuat jus buah atau makanan yang menggunakan blender dalam proses pembuatannya.

Media Edukasi poster tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sudah terpasang di setiap kelas (Gambar 4). Media ini diharapkan menjadi sarana edukasi bagi siswa agar selalu menerapkan gizi seimbang dan makanan jajanan dalam pola makan sehari-hari.

Penyediaan Paket Makanan Jajanan Anak Sekolah

Kegiatan pengabdian tahap kedua berupa pemberian paket makanan jajanan untuk anak sekolah dan lemari tempat alat makan untuk catering sekolah Pada tahap

ke 2 ini kami menyerahkan paket makanan tambahan untuk anak sekolah berupa susu UHT dan makanan (nectar, malkist dan biscuit), mengingat pada saat tersebut kondisi masih pandemic dan pembelajaran masih ada pembatasan baik jumlah siswa maupun waktunya. Kegiatan ini kami laksanakan bulan Maret 2021 dengan protokol kesehatan. Kami menyerahkan paket makanan tambahan sejumlah 65 paket yang akan dibagikan untuk semua siswa MIM Karanggayam Simo. Poster tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sehat juga sudah dipasang di setiap kelas yang ada di MIM Karanggayam Simo (dipasang di 6 kelas). Meskipun sekolah masih belum masuk secara full karena kondisi pandemic namun diharapkan siswa dapat membaca pesan gizi seimbang dan makanan jajanan sehat yang disampaikan lewat poster yang ditempel di dinding masing-masing kelas. Pemberian paket makanan jajanan sehat diharapkan dapat memenuhi asupan gizi bagi siswa dan memberikan contoh kepada siswa tentang makanan seimbang dan bergizi.

Penyediaan Peralatan Pengelolaan catering makanan

Dalam pengabdian ini juga diserahkan sejumlah peralatan dalam pengelolaan catering anak sekolah agar proses pengolahan dan penyajian makanan lebih higienis dan tidak terkontaminasi debu dan kotoran. Diantaranya berupa kitchen tempat kompor dan wastafel dari stainless, lemari peralatan tempat makan anak sekolah dan blender. Pada awalnya tempat kompor terbuat dari kayu dan sulit untuk dibersihkan maka diganti dengan menggunakan stainless stell. Peralatan makan siswa awalnya diletakkan dalam bangku terbuka, kemudian setelah pengabdian ini diletakkan dan disusun dalam lemari peralatan sehingga kebersihan terjaga, terhindar dari kontaminasi debu dan kotoran.



Gambar 6. Kondisi Dapur dan peralatan makan siswa sebelum pengabdian



Gambar 8 Kondisi dapur dan peralatan setelah pengabdian

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini sangat banyak manfaat yang diberikan ke pihak MIM Karanggayam Simo karena dapat menambah pengetahuan pengelola catering dan guru MIM Karanggayam Simo juga nantinya dapat ditindaklanjuti bagi siswa MIM Karanggayam. Hasil evaluasi kegiatan edukasi tentang gizi seimbang, perencanaan menu dan hygiene sanitasi makanan diketahui nilai post test cukup baik dengan nilai rata-rata yaitu 71.2. Kegiatan ini juga memberikan support /bantuan peralatan agar pengelolaan catering menjadi lebih baik lebih higienis dan tertata rapi serta lebih sehat sesuai dengan kebutuhan gizi siswa. Pemasangan media poster sebagai sarana pemberian informasi tentang gizi seimbang dan makanan jajanan sehat bagi siswa MIM Karanggayam Simo Boyolali. Pemberian peralatan pengelolaan makanan dapat meningkatkan kebersihan dapur dan peralatan makan serta hygiene sanitasi pengelolaan catering sekolah. Penyediaan paket jajanan kepada siswa dapat menjadi

contoh bagi siswa tentang makanan jajanan sehat.

Kami ucapkan terima kasih kepada Ibu Kepala Sekolah MIM Karanggayam Simo Boyolali dan segenap guru dan pengelola catering sekolah, juga kepada bapak pimpinan ranting Muhammadiyah Desa Sumber Simo Boyolali yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ain, K., & Prameswari, G. N. (2018). Penyelenggaraan Makanan, Tingkat Kecukupan Energi dan Status Gizi pada Siswi SMP. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84–94.
- Briawan, D. (2016). Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Pangan Jajanan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(3), 201–

210.
<https://doi.org/10.25182/jgp.2016.11.3.%p>
- Izzati, R. R. (2019). Penerapan Prinsip-Prinsip Hygiene Sanitasi Makanan DI Instalasi Gizi Rumah Sakit dr. Soeroto Ngawi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Jatmika, S. E. D., & Fadila, A. I. (2019). Edukasi mengenai hygiene dan sanitasi makanan di Pasar Kaki Langit Dusun Mangunan Dlingo Bantul. *Journal Pemberdayaan*, 3(3), 401–406.
- Kameliawati, F., Putri, R. H., Febriani, W., & Surmiasih. (2019). *Edukasi Gizi Seimbang Dan Pemantauan Status Gizi*. 2(1), 57–62.
- Kemkes, R. (2012). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 033 Tahun 2012 Tentang Bahan Tambahan Pangan*. 66, 37–39.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman PGS Kesehatan,. In Pedoman Gizi Seimbang*.
- Perdana, F., Madanijah, S., & Ekayanti, I. (2017). Pengembangan media edukasi gizi berbasis android dan website serta pengaruhnya terhadap perilaku tentang gizi seimbang siswa sekolah dasar. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 12(3), 169–178.
<https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.169-178>
- Said, I., Hadi, A. J., Manggabarani, S., Tampubolon, I. L., Maryanti, E., & Ferusgel, A. (2020). The Effectivity of Nutrition Education Booklet on Knowledge, Fast-food Consumption, Calorie Intake, and Body Mass Index in Adolescents. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 11–17.
<https://doi.org/10.26911/thejhp.2020.05.01.02>
- WHO (World Health Organisation). (2011). *Evaluation Of Certain Food Additives and Contaminants*.